



Il disagio psichico è da considerarsi come la più umana delle esperienze, in quanto tutti hanno sofferto durante la propria vita di periodi più o meno profondi di tristezza, scoraggiamento, o paura; tutti quindi possono immedesimarsi in questo stato.

Alcuni però sviluppano nel corso della propria esistenza una sofferenza talmente intensa e prolungata da arrivare a sentirsi senza via d'uscita, stanchi e disperati. In tali condizioni il rischio di suicidio è molto elevato e merita un aiuto ed un'attenzione particolare.

Falsi luoghi comuni

- chi dice di uccidersi non lo farà; quasi sempre chi tenta o commette il suicidio ne parla, fornisce degli indizi, come se cercasse aiuto
- chi tenta di togliersi la vita è "matto"; chi compie questi atti non necessariamente soffre di una patologia psichiatrica, e non sempre manifesta comportamenti anomali
- se una persona ha deciso di uccidersi non c'è nulla da fare; la maggior parte delle persone che pensano al suicidio non vogliono morire, ma questa sembra l'unica soluzione ai propri problemi
- dopo il suicidio è saggio tacere; parlarne aiuta ad affrontare e superare la gravità dell'evento.



Come poter essere di aiuto

Per una persona in crisi è importante poter parlare con qualcuno che dimostri partecipazione ed interesse. Spesso chi pensa al suicidio è alla ricerca di ascolto e sollievo. Non è vero che se la persona ha deciso di uccidersi non c'è niente da fare e che parlarne può essere pericoloso. Affrontare apertamente l'argomento può portare la persona a sentirsi sollevata, a riflettere sulla gravità della scelta e a desistere. Può, inoltre, dimostrarsi utile rivolgersi, in base a necessità ed urgenza, al medico di famiglia o ai seguenti Servizi:

Servizi a cui rivolgersi

- Centro Salute Mentale
- Psicologia clinica
- Alcologia
- Servizio per le tossicodipendenze
- Consultorio
- Neuropsichiatria infantile

Per ulteriori informazioni

- elenco telefonico - inserto dell'Azienda sanitaria
- 0461.904172 - Servizio Rapporti con il Pubblico
- www.apss.tn.it

Per ricevere ascolto e sostegno

Numero Verde
800-061650

